

2023年无烟世界清新一片国旗下演讲(实用6篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

无烟世界清新一片国旗下演讲篇一

老师们：同学们：

大家好！

今天是5月31日，你们知道今天是什么日子吗？今天是“世界无烟日”。今天我国旗下讲话的题目是吸烟有害健康，远离香烟！

我叫香烟，世界上无人不知无人不晓，而且大家都特别喜欢我。尤其是男士，很多人是我的“粉丝”。据统计，世界上约13亿人热衷于我，在中国大概也有3.5亿！也可以说全世界每3个吸烟人中就有一个中国人，中国是世界第一烟草大国，烟草产销量均居世界首位。你们别看我长得小，看起来微不足道，可我的本领可大了！告诉你们吧，我体内有4000多种化合物。怎么，你不相信？不是我自吹自擂，我们香烟个个都是最棒的，如果吸上一支，就会吸入几十个亿颗粒，顿时就会精神抖擞。不过，你们吸入的颗粒中含有尼古丁、焦油、氨、苯等致癌物，其中焦油含有几十种致癌物，尼古丁会使人成瘾。

听科学家说，一支香烟中的尼古丁就可以毒死一只小白鼠呢！大概是我太放肆的缘故，世界卫生组织专门对我进行了调查，据称全球每6.5秒就有一人因吸入我而失去生命，每年约500

万人死于和我有关的疾病，还说我已成为继高血压之后的第二号杀手，有80%的`肿瘤，75%的慢性阻塞性疾病和25%的冠心病都与我有关？我真的没想到我会给我的“粉丝”带来这样大的伤害。我自己听了都有一种心惊肉跳的感觉。大概是因为我太伤人了，人们便把5月31日定为“世界无烟日”。

虽然我有些不开心，但看看我的劣迹还是决定保持沉默了。同学们，听了香烟的自我介绍，不知道你们有什么感受，我想，你们一定和我一样，有一种毛骨悚然的感觉。看看你们周围有多少烟民吧。见面的时候，他们会热情地敬烟，一脸有福同享的表情——他们把这些含有毒物的烟雾当作一种交际工具，悠哉悠哉地享受着有烟的生活，可他们不曾想到，在他们享乐的同时，他的家人，他的朋友，还有一些无辜的人都受着烟雾的侵害。在通风不好的室内吸上两支烟，室内的空气污染就要比室外高出20倍。烟可不是一个好东西。同学们，从今天开始，将“烟的自述”讲给身边的烟民们听，帮他们丢掉小小一支烟，重新拥有健康的身体！同学们，听完了香烟的自述希望你能对家人和身边吸烟的人进行劝阻，劝阻他们不吸烟。做一个健康的人。

无烟世界清新一片国旗下演讲篇二

各位领导、老师、同学们：

大家早上好！

同学们，吸烟正严重危害着人类的健康，尤其是像我们这样的青少年。一支小小的香烟，燃烧出来的烟雾竟含有4000多种化合物，烟雾里头有焦油、尼古丁和一氧化碳等有害物质。焦油中含有很多种致癌物，能让吸烟的人患上肺癌和其它多种疾病。烟雾里头的尼古丁能让我们上瘾，一支香烟中的尼古丁就可以毒死一只小白鼠。烟草依赖已经被世界卫生组织列为一种精神神经疾病。

我们青少年正处在身体迅速成长发育的阶段，身体的各器官系统比较稚嫩和敏感，更容易吸收烟雾里面的有毒物质，中毒更深。如果这个时候吸烟，慢慢地我们的注意力和稳定性就会有一定程度的下降，同时还会降低我们的智力水平、学习效率。吸烟还会助长去追求享乐的生活态度，诱发不良行为，甚至引发犯罪。

吸烟，危及着我们和其他人的生命，我们青少年怎样才能避免吸烟呢？首先，我们应该远离烟草。当他人吸烟时，我们应尽量劝阻；当别人诱导我们吸烟的时候，我们要学会说“不”，不要带着好奇心去尝试吸烟。同时，我们也要尽力阻止家人吸烟，告诉我们的父母，吸烟不仅危害自己的身体，更会对身边的人造成一种无形的伤害。让我们的父母也远离烟草，让我们更多人享受健康。

烟草正一步一步地损害着我们的健康，破坏我们的生活，它对于我们百害而无一利。我们作为新时代的中学生，要杜绝烟草，活出精彩！

同学们，让我们敲醒自己的警钟，拒吸第一支烟，不当新烟民，做无烟新一代！

无烟世界清新一片国旗下演讲篇三

各位老师同学，大家好！

我演讲的题目是：香烟，请从我的身边，走开！

人生在世，常常有所偏爱。有的人好酒，有的人爱花。在蹉跎的岁月里，对烟情有独钟的人更是数不胜数。世纪伟人_嗜烟如命，他不到16岁便开始抽烟。列宁也曾是吸烟者，据说他从17岁就染上这种习惯。伟大领袖_更是烟不离手，一天可以抽到5包之多。

据世界卫生组织统计，目前全球每年约有500万人因吸烟而死亡，烟草已成为继高血压之后的第二号“杀手”。如果不加以控制，到2020年每年吸烟致死的人数有可能增加一倍。同时，吸烟会增加心血管疾病和脑卒中的发病危险。与吸烟有关的疾病还有缺血性心脏病、口腔癌、咽喉癌、食道癌、呼吸道癌症、以及慢性支气管炎等。就算知道这些，相信很多人都会像_一样，说：“正因为我的健康很好，才抽。听人说，抽烟还有好多好处。”我记得其中说可以增加税收，扩大就业率，等等。

话虽这样说，但事实是吸烟对邓公健康的损害，愈到晚年的时候愈明显，一九_年，邓公患了慢性气管炎，加上有点哮喘。亲人都劝他戒烟，医疗专家也从医学角度谈了戒烟的必要性。邓公听后说：“好，不抽了！”从此，他就再也没有抽了。邓公是“一国两制”的首创者，曾经多次表示香港回归祖国后要到香港走一走、看一看。他说：“我自己是争取活到一九九七年，要中国收回香港之后，到自己的土地上走一走、看一看。”他还说：“就是坐轮椅也要去，哪怕在香港的土地上站一分钟也好。”

可惜的是，一九九七年二月十九日，距香港回归祖国仅仅一百三十一天之际，他竟溘然长逝。别说不抽烟，只要早戒几年，他就可以到回归后的香港走一走、看一看了。如果当年邓公能去，港人该是多么开心，现在只能成了永远都不能弥补的遗憾。

美国《_教教学箴言报》曾组织过一次题为《写给成年人看的童话》的征文，获得第一名的是《一支燃着的烟》，全文仅34个字：“一支冒着袅袅青烟的香烟，指着自已说：‘我是的直观教具，说明抽烟会缩短生命。’”各位，生命的长度好比您手中烟的长度，您贪婪的吸食正在加速火苗燃尽您和您周围的人的生命。

相信所有的烟民都知道“吸烟有害您和他人健康”，那么他

们为什么还要吸呢?我爸爸说烟瘾难耐呀!_在没有香烟的时候,捡些树叶用碎纸包起来当烟抽。当时他还说:“我是香烟制造厂的。”其实很多尝试过戒烟的人可能都会有这样的想法,“不是不想戒,可是这烟怎一个戒字了得?”为什么这么说呢?林语堂说戒烟要过两关,哪两关呢?生理关和心理关,生理关容易过,心理关难过。于是,很多人一次次“断奶”,一次次地又捡起来。正如幽默大师马克吐温所说的:“戒烟是很容易的事,大家知道为什么吗?那是因为我已戒过一千次了。”

难道戒烟真的就有那么困难吗?我看过一则关于列宁的故事,说的是列宁上大学时开始吸烟。他的母亲是医生的女儿,懂得吸烟的害处。母亲疼爱儿子,她想了许多办法叫儿子戒烟,可都没有效果。有一天,列宁看到母亲在吃自己的剩饭,十分困惑,于是母亲对列宁说:“孩子,我们是靠你爸爸那一点点的抚恤金过日子,每一样多余的花费都会直接影响到家庭生活。你吸烟虽然花费不多,但日长天久,也是一笔不少的开支,如果妈妈自己不节省,家庭生活会十分困难。”那列宁听到母亲的话,十分愧疚。他对母亲说:“对不起,您说的这些过去我没有考虑到。好!从今天开始,我不吸烟了。”我想,人是需要一点精神的,一种决心的。戒烟也是如此。弗兰克林曾经说能量加毅力可以征服一切。

相信在座的很多男士都吸烟吧。在这里,为大家献上一首《戒烟歌》

本国烟,外国烟,成癮苦海都无边。

前人唱,后人和,饭后一支,神仙生活。

错,错,错!

烟如旧,人苦透,咳嗽气喘罪受够。喜乐少,愁苦多,一朝上癮,终身枷锁。

莫，莫，莫！

各位，如果你还爱自己，那么请你放下你手中的烟，因为它正在燃尽你的生命；如果你还爱你的家人，请灭掉你手中的香烟，因为它正在侵蚀她们的生命；如果您还爱你身边的人，请你熄掉你手中的烟，因为它让我们的健康饱受煎熬；如果你还爱这个世界，请你大声说：香烟，请从我的身边，走开！

无烟世界清新一片国旗下演讲篇四

老师们，同学们：

大家好！

5月31日世界无烟日。相信每一个人都知道，烟草危害当今世界最严重公共卫生问题之一，人类健康所面临最大危险因素。目前全球烟民总量已突破13亿人，每年因吸烟致死近500万人。为此，1987年11月联合国世界卫生组织建议将1988年4月7日定为第一个世界无烟日，以后固定为每年5月31日。开展这项活动，目的在于警醒世人吸烟有害健康，呼吁人们放弃烟草，为人类自己创造一个健康生存环境。

那么烟草究竟有多大危害呢？

据研究，一支香烟里含尼古丁可毒死一只老鼠，而约一包香烟中尼古丁能毒死一头牛。每天吸一包香烟，相当于吸入了50——70毫克尼古丁，如果一次性地服用了这些量，人足以被置于死地。除尼古丁外，点燃香烟时产生约5000种化合物，都导致癌症元凶。

既然烟草有如此可怕危害，为什么有众多人吸烟呢？

分析其原因主要有两个：一烟草中所含尼古丁令人上瘾，使

人对它产生依赖，不容易戒掉；另一个原因大多数人还没有把吸烟看成一个丑陋，既害人又害己恶习。相反，认为这一件很有派头，很潇洒事情。因此，吸烟人群像滚雪球一样越滚越大，人们对它依赖也越来越强。

我国世界上最大香烟生产国，也最大香烟消费国。全世界三分之一以上香烟由中国人一口一口吸掉。而在我国烟民中，青少年又占了很大一部分。对青少年来说，吸烟危害远比想象中大多，不仅会导致很多疾病，还会影响骨骼生长发育。这因为青少年正处于身体迅速成长发育阶段，身体各器官系统还没有发育成熟，对各种有毒物质抵抗力不强，受烟雾毒害也就更深，甚至可以导致早衰，早亡。吸烟还可能使青少年养成不良生活习惯，诱发不良行为，甚至引发犯罪。

反吸烟已成为我国迫在眉睫当务之急。为此，我国政府提出了在今后20xx年中，将我国烟民总数减少1.1亿总体目标。

为了积极响应政府号召，更为了我们自己健康，我们呼吁，全体同学都要自觉地远离香烟，并劝说吸烟亲友尽量戒烟。

无烟世界清新一片国旗下演讲篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！我是初二2班的，今天我讲话的题目是《杜绝吸烟 关爱健康 创建无烟校园》。

在人们日益关注健康的今天，“吸烟有害健康”已成为人们的共识，世界卫生组织把每年的5月31日定为“世界无烟日”。

世界卫生组织的研究表明，吸烟会导致癌症，30%的癌症和吸烟有关。每年有近500万人因吸烟而死亡，烟草已成为继高血压之后的第二号杀手。如果不加以控制，到20xx年每年因吸烟致死的人数有可能达到1000万。目前，全世界每13秒钟有1

人死于和烟草有关的疾病，我国每年约有200万人死于与吸烟有关的疾病。

据研究：一支香烟里含尼古丁可毒死一支老鼠，而一包香烟中尼古丁可能毒死一头牛。每天吸一包烟相当于吸入50---70毫克尼古丁，如果一次性服用这些量足以置人于死地。

吸烟有害健康已成为全世界的共识，而青少年正处在生长发育阶段，对有毒有害物质比成年人更容易吸收，毒害作用更大。由于青少年正处于发育成长期，身体各系统和器官的发育尚不完善，抵抗力弱，吸烟对骨骼发育、神经系统、呼吸系统等均有一定程度的影响。烟草中的大量尼古丁对脑神经也有毒害，它会使学生记忆力减退、精神不振、学习成绩下降。更为重要的是吸烟一旦成瘾，就形成神经依赖，一时很难戒除。

不仅如此，青少年吸烟还可能养成不良的生活习惯，诱发不良行为。许多研究资料都表明，青少年一旦染上吸烟的不良习惯，就会吸烟上瘾严重者甚至发展到吸毒，从而引发偷窃、抢劫等违法犯罪行为以至于身陷监狱。

吸烟“百害而无一利”，影响健康，缩短寿命。其实我们每天还有很多人都在被动吸烟，被动吸烟俗称二手烟，危害更大。因此，我们除了洁身自好以外，还要自觉抵制和劝诫他人。对家人、对公共场所吸烟的人，我们应当适时予以提醒，使之尽量克制，从而减少吸烟，也减少被动吸烟。

21世纪应该是一个文明健康的世纪，我们要携手共同创建一个洁净健康的环境。为此我们倡议：

1. “拒吸第一支烟，做不吸烟的新一代”
2. 鼓励和监督身边的亲人、朋友戒烟。

让我们一起努力，为创建无烟校园、创建文明校园贡献我们的力量！

无烟世界清新一片国旗下演讲篇六

各位老师、同学们：

早上好！今天国旗下讲话的主题是《拒吸第一支烟做不吸烟的新一代》。

2021年5月31日，是世界卫生组织发起的第34个世界无烟日。为进一步提高全社会对吸烟危害的认识，营造无烟、清洁、健康的工作环境和公共环境，做好履行《烟草控制框架公约》工作，卫生部、全国爱国卫生运动委员会近日通知要求开展第二十个世界无烟日活动。2019年世界无烟日主题是“烟草和肺部的健康”，旨在提高公众对被动吸烟和环境烟草烟雾危害的认识，号召公众积极参与创建无烟环境，营造健康清新的工作环境和公共环境，免除吸烟和被动吸烟给人类带来的健康危害。

吸烟有害健康，戒烟、不吸烟是我们养成健康生活习惯，调节健康心态，建设健康环境，建立健康人际关系的重要内容。特别是青少年学生是祖国的未来，民族的希望，青少年在学习和生活中存在的吸烟等不良习惯和行为，直接影响构建和谐社会的进程。

青少年正处在生长发育阶段，对有毒有害物质比成年人更容易吸收，毒害作用更大，绝不能轻易让烟雾来吞噬你们聪明的大脑、影响正常的生长发育。据报载，一支香烟的尼古丁足以杀死一只老鼠，多么可怕的事实！医学实验证明，大量吸烟会影响到人体的所有器官和细胞组织，导致各种疾病的产生，诸如慢性气管炎、肺气肿和肺癌等，吸烟有害健康已成为全世界的共识。

从另一个方面讲，不吸烟不仅有益于健康，也是一种高尚公共卫生道德的体现。21世纪应该是一个文明健康的世纪，我们要为21世纪创造一个洁净健康的环境。为了提高社会文明程度，保障人民身体健康，提倡社会公德意识，养成良好的生活卫生习惯，限度的减少吸烟造成的危害，努力争创文明校园、绿色校园，我们倡议：

- 1、教师首先戒烟、不吸烟以为人师表的示范作用，教育学生拒吸第一支烟，不做吸烟的新一代，远离香烟，努力营造不吸烟的育人环境。
- 2、今天下午校队会课，在全校同学中，开展“拒吸第一支烟，做不吸烟的新一代”签名活动，坚决拒吸第一支烟。
- 3、全校师生要积极参与家庭和社区控烟宣传工作，广泛宣传控烟的有关法律规定和吸烟有害健康的卫生知识，自觉遵守公共场所禁止吸烟的法规，带头不吸烟，并劝阻他人不吸烟。
- 4、鼓励监督身边的同学、亲人、朋友戒烟。

禁止吸烟，控制烟害是世界的潮流，是现代文明的体现！远离香烟、拒绝烟草是我们的心声，更应是我们的行动；拒绝吸烟，创造和谐的校园环境是全体师生共同的责任，抵制第一支烟的_更要从青少年学生抓起。让我们共同努力，为营造和谐的校园环境，为创建无烟校园、创建文明校园贡献我们的力量！